



Posicionamiento y Encajamiento: Encajamiento Dirigido por el Bebé

La manera en que Ud. sostiene a su bebé y como él se encaja en el seno, son las claves de una alimentación cómoda para Ud. y completa para el bebé. Un posicionamiento correcto y encajamiento correcto puede prevenir muchos de los problemas comunes que las madres encuentran cuando empiezan a amamantar.

El encajamiento dirigido por el bebé es bueno para la primera alimentación y para las alimentaciones después de esa cuando el bebé está despierto y dispuesto a participar.

Póngase Cómoda

Escoja una cama o sofá donde pueda recostarse por lo menos hasta la mitad o mas, lo que sea mas cómodo para Ud.

Posicione al bebé

Coloque al bebé entre sus senos y deje que el bebé se despierte mientras está en contacto piel a piel. Sostener a su bebé en contacto piel a piel es una de las mejores maneras de hacer la lactancia más fácil!

Sea Paciente

Su bebé gradualmente se dará cuenta donde está y que la comida está cerca! Lentamente se irá moviendo hacia el seno. Dele soporte y ayúdelo un poquito si es necesario pero evite dirigir al bebé. Su bebé ubicará el pezón y se encajará con ayuda mínima de Ud. Deje que su bebé dirija el camino.



Este bebé encontró el seno y se encajó solito.



Importancia del Contacto Piel a Piel

Los bebés tienden a comer mejor cuando están en contacto directo con su madre, en contacto piel a piel. No solo mantiene al bebé tibio, el olor y la sensación del seno alienta al bebé para encontrar el seno y alimentarse.

Técnicas de Mezcla

Puede que a Ud. le parezca que el agarre de “sándwich” le ayuda a su bebé a encajarse con más profundidad en el seno. Coloque su dedo pulgar cerca de la nariz del bebé y los otros dedos en el lado opuesto del seno y suavemente comprima el seno como un “sándwich”. Escuche el sonido de su bebé tragando para asegurarse que está tomando leche.

Siéntase libre de usar cualquiera de las técnicas de encajamiento dirigidas por la madre que mostramos en el folleto “Encajamiento dirigido por la madre” si le parece que funcionan mejor. Si amamantar le resulta doloroso o su bebé no está subiendo de peso (3/4 – 1 oz al día), por favor pida ayuda a su consultora de lactancia para que le dé consejo personalizado.

A pesar de que amamantar es natural, hay un proceso de aprendizaje para Ud. y su bebé. Permítase varias semanas para perfeccionar estas técnicas.

En cualquier momento que Ud. tenga dudas sobre estar alimentando a su bebé correctamente, pida ayuda a su consultora de lactancia u otro proveedor de salud. Una vez que la lactancia materna está bien establecida, puede ser una de las experiencias más gratificantes de la maternidad

Entregado por los Recursos de Educación en Lactancia. Duplique libremente este folleto. Por favor tenga en cuenta que la información contenida es solo para educación e información general. No es en ningún caso sustituto para consejo medico profesional. Siempre solicite el consejo de su medico para cualquier pregunta que tenga sobre la condición médica de su bebé. Nunca ignore las indicaciones médicas profesionales y nunca retrase buscar ayuda médica por lo que ha leído en este folleto informativo.



Sujetar el Seno como
“Sandwich”